



# Matlagning: Antiinflammatoriskt – för ett friskare liv

**Introduktion till hälsokurs inriktat på mat och livsstil.**

Ge din kropp en ny chans med antiinflammatorisk och grön mat - en kurs för dig som vill förebygga sjukdom eller återfå nya krafter.

**Plats:** Skärva Gård

**Tid:** Fre 15 mars kl 17.30 – 19.45, Lör 16 mars kl 09.00 – 17.30 och  
Sön 17 mars kl 09.00 – 15.00

**Ledare:** Ulla-Mir Renöfält

**Pris:** 1500kr, kostnad för råvaror tillkommer med ca 300kr,  
betalas till ledaren

**Anmälan och mer info tel 0771-210 400,**

**Epost: [blekinge@sv.se](mailto:blekinge@sv.se)**

**eller [sv.se/blekinge](http://sv.se/blekinge)**

Läs gärna mer på [sv.se](http://sv.se)



Plats för  
nyttänkande

 **Studieförbundet  
Vuxenskolan**